

# KÖRNYEZETTUDATOSSÁG ÉS EGÉSZSÉGTUDAT

„Valamennyi globális környezeti változás végül is az ember egészségének veszélyeztetésével jár” (Eric Chivion Harvard University, Egyesült Államok)

**A**z ember egyre inkább eltávolodik a természettől, ezért mindinkább csak mesterséges közvetítők vagy a média útján ismeri meg a világot. A nagy anyagi jólét, a javak megszerzésének öröme átmenetileg kielégülést okozhat, de hosszú távon óriási hiányérzet társul a kényelemhez, különösen a gyermekek veszélyeztetettek. A lélek és a test harmóniája sajnos tárgyi eszközökkel nem teremthető meg. Mi az egészség? A nemzetközi egészségügyi szervezet, a WHO szerint: „a test és a lélek jólléte, ami nem azonos a betegség hiányával, hanem egyensúlyt jelent a külvilággal és önmagunkkal.”

A globalizáció, ami a tőke, az áru, a munkaerő és az energia szabad áramlását is jelenti, megállíthatatlanul hatalmába kerítette az egész világot. Ma olcsóbban lehet utazni (helyet változtatni), mint civilizált körülmények között lakást, vagy megélhetést találni a világ országainak kétharmadában. Ezért egy igen gyors népvándorlásnak lehetünk tanúi, amelynek csak az iránya hagyományos, hiszen továbbra is keletről nyugatra áramlik. Milliók kényszerülnek arra, hogy otthonaikat, hagyományait, szülőföldjüket elhagyják. Ezzel érzelmi és gazdasági gyökértelesség veszélyeit vállalják magukra.

A globalizáció nem új keletű jelenség, hiszen egyidős a civilizációval. Ma éppen az amerikai típusú életforma hódít: egy sikerorientált jövőkép elhitésével képtelen versenybe kényszeríti az emberiséget. A mai globalizáció nem csupán területi és gazdasági „hódoltságot” jelent, hanem elsősorban az életmódra és a mentális egészségre hat, ezért különösen veszélyes. A globális verseny főleg a fogyasztás körül mo-



zog, amit a túltermelés és a multinacionális cégek profitszerzése miatt a világra rákényszerítenek. Az a céljuk, hogy az embercsoportok hagyjanak fel szokásaikkal, öltözködésüikkel, táplálkozási hagyományaikkal és fogyasztásukat az uniformizált tömegcikkeket, amelyeket a multik rájuk erőltetnek. Teszik mindezt annak ismeretében, hogy jelenlegi számítások szerint a civilizált életforma általánossá tétele kifosztaná az emberiséget a jövőjéből.

Az egészséget befolyásoló tényezők %-os megoszlása kórokonként

Kóroki tényezők	%
Életmód	43
Környezet	12
Genetika	27
Egészségügyi ellátás színvonala	10
Egyéb	8

Az „ökológiai lábnyom” fogalmának bevezetésével kiszámítható, hogy egyetlen ember szükségleteinek kielégítésére a Föld területéből hány hektárt vesz igénybe. Ennek a számnak a megállapításával kiszámítható, hogy a nemzetközi nagytőke által diktált fogyasztási szokások kielégítésére legalább 5 Földre volna szükség. Ebből következik, hogy a fejlődést ezek a törekvések rossz irányba tolják el. Erre a tömegek is rájöttek, ennek köszönhető az antiglobalizációs szervezkedések és nemzetközi mozgalmak létrejötte, amelyek egyre jobban hallatják hangjukat, és céljuk a népek szuverenitásának, hagyományainak és kultúrájuknak megőrzése. A multinacionális cégek azonban továbbra is elhitetik az emberekkel a reklámok és a szappanoperák segítségével, hogy az élet értelme a fogyasztás maga. Megmagyarázzák, hogy csak azért dolgoznak, tanulnak, hogy

fogyaszthassanak. Ennek a fogyasztási tempónak köszönhetően jelentősen emelkedett a környezetszennyezés, a veszélyes hulladékok mennyisége. Megjelent a hulladékok sorában az elhasznált telefon, számítógép, háztartási gépek és a szórakoztató elektronika, az ún. e-szemét, amit a gyártó köteles ingyen visszavenni és a további szakszerű ártalmatlanításról gondoskodni. Az elektromos szemét újrahasznosítása külön jövedelmező iparágá alakult.



A levegőszennyezettség a hazai nehézipar összeomlása miatt javuló tendenciát mutat, de a dohányzást nem sikerült érdemben fékezni, ezért a felső légúti betegségek, a tüdőrák és az asztma prevalenciája továbbra is magas. Mindezek közül kiemelkedik a tüdőrák-halálozás hazai emelkedése. A férfiak körében ugyan tapasztalható némi csökkenés, de az összesített halálozás a nők részaránya miatt tovább emelkedik, ennek köszönhetően a 100 ezer lakosra jutó tüdőrák-halálozásban világsők vagyunk. A levegőszennyezés másik forrása a közlekedés. A gépjárművek száma jelentősen megemelkedett, és a korszerűtlen motorok sem kerültek ki még a közlekedésből. A motoros járművek száma ma Magyarországon meghaladja a hárommilliót, átlagos életkoruk pedig több, mint 10 év. Ennyi járművet a hazai úthálózat nem bír el, hazánkban a halálos köz-

lekedési balesetek a haláloki statisztika harmadik helyén állnak. Több, mint 700 ember veszti életét évente az utakon és ebből 20–30 gyermekkorú. Ennek oka elsősorban a fegyelmezetlen vezetési stílus, az alkohol, a drog, vagy a gyógyszer hatása alatti vezetés, valamint a járművek, utak rossz műszaki állapota. Az alternatív közlekedési módok (kerékpár, tömegközlekedés) azért nem népszerűek, mert az utazási feltételek nem eléggé kulturáltak.

Ma a tanulóifjúság fele dohányzik, rendszeresen fogyaszt alkoholt és 30%-uk már kipróbált valamilyen kábítószerrel. A megoldás szinte egyenként különböző, de a játékos szabadidő, sport, önképzőkör, vagy bármilyen közösségi munka kivédheti a kockázatos magatartással járó szenvedélybetegséget. Ebben a felnőtt társadalomnak igen fontos szerepe van, különösen a tanároknak, nevelőknek. A szülők felelőssége sem hanyagolható el, és főleg a példamutatással tudják befolyásolni gyermekeiket. A demokrácia nem a magánérdekek uralma a közérdek felett, hanem éppen fordítva, a közérdek uralma a magánérdekek felett. Ebből következik a természet tisztelete és megóvása a káros szennyeződésektől. Ide tartozik a vegyi ártalmak tömege, a fizikai tényezők, sugárzás, zaj és a mentális környezetszennyezés is, ami a lelkek megrontója.

A környezetünkben elterjedt toxikus anyagok miatt a primer prevenciók stratégiák kialakításának szintje a társadalom egészét érintik. Az egészségnevelés és annak gyakorlata otthon, az iskolában és munkahelyen az orvostudomány különböző ágazatait öleli fel. A védőnő, iskolaorvos, háziorvos és a foglalkozás-egészségügyi orvos egyaránt érintett a feladatok megoldásában. A társadalom működését törvények szabályozzák, ezért a törvényhozásnak is figyelembe kell vennie a prevenciók szempontokat. A jogalkotó a környezet és egészségtudatos magatartást segítő törvényalkotással képes átalakítani a szemléletet. Ezért tekinthető a Kémiai Biztonsági Törvény mérőöldkőnek a jogalkotás területén, mert a fenti szempontoknak eleget tesz. Más kérdés a törvények betartása, amivel a magyar társadalom nehezen birkózik meg. A nemdohányzók védelmében hozott rendelkezéseket is lépten-nyomon megszegik. Pedig azon mindenképpen változtatni kell, hogy a hazai lakosság 67%-a aktív vagy passzív módon dohányzik. A fiatalok egészségvédelme részben a család, részben az iskola feladata. A hatékony egészségnevelés eszköze lehetne az egészségtan tantárgy bevezetése. A gyakorlati nevelésé pedig a nemdohányzó iskola, egészséges közétkeztetés és napi sporttevékenység megszervezése.

Az egyéni stratégiák közé tartozik a rendszeresség és a mértékletesség érényének gyakorlása, aminek hasznát a kiegyensúlyozott életvitelben és a kockázatok elkerülésében lehet megtalálni. Az ideális testsúly megőrzését az egészséges, túlzásoktól mentes táplálkozás és a rendszeres mozgás biztosítja. Az alkohol, drog, dohányzás tagadása kiegyensúlyozott lelkivilágot feltételez, aminek kialakítása neveléssel, szeretetteljes családi környezettel és a tanultság fokának emelésével érhető el. Ennek az egészségmegőrző szemléletnek kell uralnia az oktatást, a nevelést – és a kutatást! Globalizált világunkban a primer prevenció gyakorlatiá válásának döntő szerepe lesz a környezethez történő sikeres alkalmazkodásban és az egészségben eltöltött életek meghosszabbításában.

**TOMPA ANNA**